

| TURMA                                             | COORDENADORA/OR     | BOLSISTA            | DIAS        | HORÁRIO        | LOCAL                                                             | FAIXA ETÁRIA        | VAGAS |
|---------------------------------------------------|---------------------|---------------------|-------------|----------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------|-------|
| <b>PRÁTICAS DE DANÇA</b>                          |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| Dança de Salão - Iniciante - Turma 1              | Alexandre Ferreira  | Talita Atahalpa     | 2ª e 4ª     | 18:00 às 19:00 | Sala de Dança 1                                                   | A partir de 15 anos | 30    |
| Dança de Salão - Iniciado - Turma 2               | Alexandre Ferreira  | Talita Atahalpa     | 2ª e 4ª     | 19:00 às 20:00 | Sala de Dança 1                                                   | A partir de 15 anos | 30    |
| Danças Urbanas - Iniciante - Juvenil              | Alexandre Ferreira  | Andressa de Farias  | 3ª e 5ª     | 16:30 às 18:00 | Sala de Dança 1                                                   | De 15 a 18 anos     | 25    |
| Danças Urbanas - Iniciante - Adulta               | Alexandre Ferreira  | Andressa de Farias  | 3ª e 5ª     | 18:30 às 20:00 | Sala de Dança 1                                                   | A partir de 17 anos | 30    |
| Jazz Funk Fresh - Iniciante                       | Alexandre Ferreira  | Rafaela Souza       | 3ª e 5ª     | 15:40 às 17:10 | Sala de Dança 2                                                   | A partir de 15 anos | 30    |
| Jazz Funk Fresh - Intermediário                   | Alexandre Ferreira  | Rafaela Souza       | 3ª e 5ª     | 14:00 às 15:30 | Sala de Dança 2 (quinta-feira)<br>e Sala de Dança 3 (terça-feira) | A partir de 15 anos | 30    |
| Ritmos e alegria - Danças com adultos e idosos    | Alexandre Ferreira  | Thayline Gomes      | 3ª e 5ª     | 07:00 às 08:30 | Sala de Dança 3                                                   | A partir de 20 anos | 20    |
| Ritmos e alegria - Sorrisos e infância            | Alexandre Ferreira  | Thayline Gomes      | 3ª e 5ª     | 14:00 às 15:30 | Sala de Dança 1                                                   | De 7 a 12 anos      | 25    |
| <b>PRÁTICAS AQUÁTICAS</b>                         |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| Hidroginástica - Idosos - Turma 1                 | Francisco De Marchi | André e Marcos      | 3ª e 5ª     | 07:30 às 09:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 60 anos | 100   |
| Hidroginástica - Idosos e Adultos - Turma 2       | Francisco De Marchi | André e Marcos      | 3ª e 5ª     | 09:00 às 10:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 18 anos | 50    |
| Hidroginástica - Idosos e Adultos - Turma 3       | Francisco De Marchi | André e Marcos      | 2ª e 4ª     | 09:00 às 10:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 18 anos | 50    |
| Nado Livre - Turma 1                              | Ari Lazzarotti      | Cairé               | 3ª e 5ª     | 12:00 às 13:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| Nado Livre - Turma 2                              | Ari Lazzarotti      | Cairé               | 4ª e 6ª     | 12:00 às 13:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| Nado Livre - Turma 3                              | Ari Lazzarotti      | Cairé               | 4ª e 6ª     | 13:00 às 14:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| Nado Livre - Turma 4                              | Ari Lazzarotti      | Francienny          | 3ª e 5ª     | 17:00 às 18:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| Nado Livre - Turma 5                              | Ari Lazzarotti      | Francienny          | 3ª e 5ª     | 18:00 às 19:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| Nado Livre - Turma 6                              | Ari Lazzarotti      | Francienny          | 4ª e 6ª     | 17:00 às 18:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| Nado Livre - Turma 7                              | Ari Lazzarotti      | Francienny          | 4ª e 6ª     | 18:00 às 19:00 | Piscina Adulto                                                    | A partir de 15 anos | 40    |
| <b>PRÁTICAS DE GINÁSTICA</b>                      |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| Musculação - Turma 1                              | Francisco De Marchi | Valéria e Paulo     | 2ª, 4ª e 6ª | 07:00 às 08:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 2                              | Francisco De Marchi | Valéria e Paulo     | 2ª, 4ª e 6ª | 08:00 às 09:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 3                              | Francisco De Marchi | Valéria e Paulo     | 2ª, 4ª e 6ª | 09:00 às 10:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 4                              | Francisco De Marchi | Francis e Gabriel   | 2ª, 4ª e 6ª | 17:00 às 18:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 5                              | Francisco De Marchi | Francis e Gabriel   | 2ª, 4ª e 6ª | 18:00 às 19:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 6                              | Francisco De Marchi | Francis e Gabriel   | 2ª, 4ª e 6ª | 19:00 às 20:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 7                              | Francisco De Marchi | Valéria e Paulo     | 3ª e 5ª     | 07:00 às 08:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 8                              | Francisco De Marchi | Valéria e Paulo     | 3ª e 5ª     | 09:00 às 10:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 9                              | Francisco De Marchi | Francis e Gabriel   | 3ª e 5ª     | 17:00 às 18:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Musculação - Turma 10                             | Francisco De Marchi | Francis e Gabriel   | 3ª e 5ª     | 18:00 às 19:00 | Sala de Musculação                                                | A partir de 14 anos | 20    |
| Treinamento Funcional - Turma 1                   | Juliana Carneiro    | Gabriela Branquinho | 2ª e 4ª     | 07:40 às 8:30  | Ginásio de Lutas                                                  | A partir de 12 anos | 30    |
| Treinamento Funcional - Turma 2                   | Juliana Carneiro    | Gabriela Branquinho | 2ª e 4ª     | 11:50 às 12:40 | Sala de dança 4                                                   | A partir de 12 anos | 30    |
| Treinamento Funcional - Turma 3                   | Juliana Carneiro    | Gabriela Branquinho | 3ª e 5ª     | 15:50 às 16:40 | Sala de dança 4                                                   | A partir de 12 anos | 30    |
| Pilates - Turma 1                                 | Juliana Carneiro    | Ana Luiza           | 3ª e 5ª     | 11:50 às 12:40 | Salas de Dança 1                                                  | A partir de 12 anos | 25    |
| Pilates - Turma 2                                 | Juliana Carneiro    | Ana Luiza           | 2ª e 4ª     | 16:00 às 16:50 | Sala de Dança 1                                                   | A partir de 12 anos | 25    |
| Pilates - Turma 3                                 | Juliana Carneiro    | Ana Luiza           | 2ª e 4ª     | 16:50 às 17:40 | Sala de Dança 1                                                   | A partir de 12 anos | 25    |
| Escolinha de Ginástica Artística - Turma 1        | Bethânia Alves      | Rodrigo e Ruan      | 3ª e 5ª     | 16:00 às 17:00 | Ginásio de Lutas e Ginástica                                      | De 08 a 13 anos     | 20    |
| Escolinha de Ginástica Artística - Turma 2        | Bethânia Alves      | Rodrigo e Ruan      | 3ª e 5ª     | 17:10 às 18:10 | Ginásio de Lutas e Ginástica                                      | De 04 a 07 anos     | 20    |
| Ginástica Artística - Adulto                      | Bethânia Alves      | Rodrigo e Ruan      | 3ª e 5ª     | 18:20 às 19:20 | Ginásio de Lutas e Ginástica                                      | Acima de 15 anos    | 20    |
| <b>PRÁTICAS HOLÍSTICAS</b>                        |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| Yoga para a Comunidade                            | Priscilla Antunes   | Elziane e Gabriela  | 2ª e 4ª     | 17:10 às 18:10 | Sala de dança 4                                                   | A partir de 18 anos | 30    |
| Yoga para a Comunidade                            | Priscilla Antunes   | Elziane e Gabriela  | 2ª e 4ª     | 18:10 às 19:10 | Sala de dança 4                                                   | A partir de 18 anos | 30    |
| Yoga para a Comunidade                            | Priscilla Antunes   | Simone e Luccas     | 3ª e 5ª     | 12:00 às 13:00 | Sala de dança 2                                                   | A partir de 18 anos | 30    |
| Yoga para a Comunidade                            | Priscilla Antunes   | Simone e Luccas     | 3ª e 5ª     | 13:00 às 14:00 | Sala de dança 1                                                   | A partir de 18 anos | 30    |
| <b>ESPORTES COLETIVOS</b>                         |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| Basquetebol para crianças e jovens                | Heitor de Andrade   | Gabryela Faria      | 3ª e 5ª     | 16:30 às 17:30 | Ginásio Poliesportivo                                             | De 10 a 14 anos     | 25    |
| Basquete para Mulheres                            | Heitor de Andrade   | Gabryela Faria      | 3ª e 5ª     | 17:30 às 18:30 | Ginásio Poliesportivo                                             | A partir de 14 anos | 25    |
| Basquete para Homens                              | Heitor de Andrade   | Gabryela Faria      | 3ª e 5ª     | 18:30 às 19:30 | Ginásio Poliesportivo                                             | A partir de 14 anos | 25    |
| Futebol Crianças                                  | Ari Lazzarotti      | Arthur Silva        | 4ª          | 16:30 às 18:00 | Campo da Pista de Atletismo                                       | De 10 a 13 anos     | 30    |
| Futebol 40+ eles                                  | Ari Lazzarotti      | Arthur Silva        | 4ª          | 18:30 às 20:30 | Campo da Pista de Atletismo                                       | A partir de 40 anos | 30    |
| Futebol 18+ elas                                  | Ari Lazzarotti      | Arthur Silva        | 5ª          | 18:30 às 20:30 | Campo da Pista de Atletismo                                       | A partir de 18 anos | 30    |
| <b>PRÁTICAS DE LUTA</b>                           |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| CAMINHOS MARCIAIS: Jiu Jitsu Brasileiro - Turma 1 | Marcel Farias       | Guilherme de Paula  | 2ª, 4ª e 6ª | 16:00 às 17:30 | Ginásio de Lutas                                                  | A partir de 14 anos | 20    |
| CAMINHOS MARCIAIS: Jiu Jitsu Brasileiro - Turma 2 | Marcel Farias       | Guilherme de Paula  | 2ª, 4ª e 6ª | 17:45 às 19:00 | Ginásio de Lutas                                                  | A partir de 14 anos | 20    |
| CAMINHOS MARCIAIS: Karatê Dō Shotokan             | Marcel Farias       | Matheus Natã        | 2ª, 4ª e 6ª | 11:45 às 13:00 | Ginásio de Lutas                                                  | A partir de 14 anos | 20    |
| CAMINHOS MARCIAIS: Karatê Dō Shotokan             | Marcel Farias       | Matheus Natã        | 3ª e 5ª     | 11:45 às 13:00 | Ginásio de Lutas                                                  | A partir de 14 anos | 20    |
| <b>PRÁTICAS DE ATLETISMO</b>                      |                     |                     |             |                |                                                                   |                     |       |
| Corrida e caminhada orientada - Turma 1           | Flórence Faganello  | Rafaela Moura       | 2ª, 4ª e 6ª | 18:00 às 19:40 | Pista de Atletismo                                                | A partir de 14 anos | 30    |
| Corrida e caminhada orientada - Turma 2           | Flórence Faganello  | Rafaela Moura       | 2ª, 4ª e 6ª | 19:50 às 21:30 | Pista de Atletismo                                                | A partir de 14 anos | 30    |